



Stress er universel

Stress er reel

Den samme strategi virker altid

Stress kan bare lige fikses

Tiden heler alle sår

Problemer bør italesættes meget direkte opad, men vagt nedad

LEDERES IMPLICITTE LOGIKKER SOM SNUBLETRÅDE FOR STRESSFOREBYGGELSE

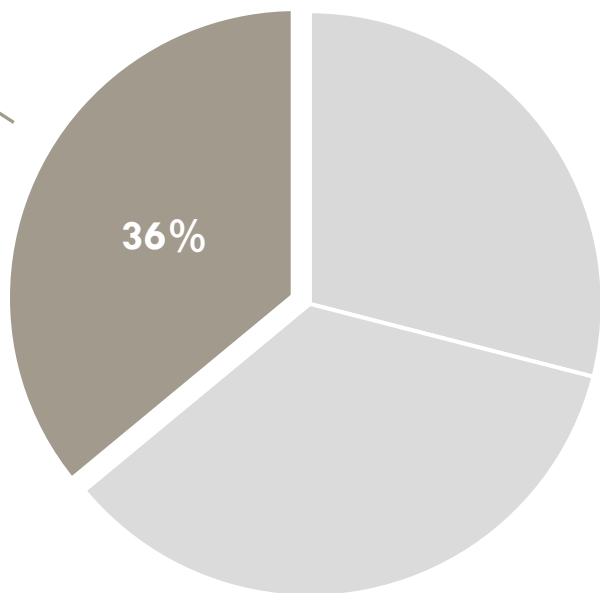
Sannah K. Lauritsen ph.d. stud., AU
Tanja Kirkegaard lektor, AAU

**JEG HAR SAGT DET TIL MIN LEDER, MEN DER
BLIVER IKKE GJORT NOGET VED DET...**

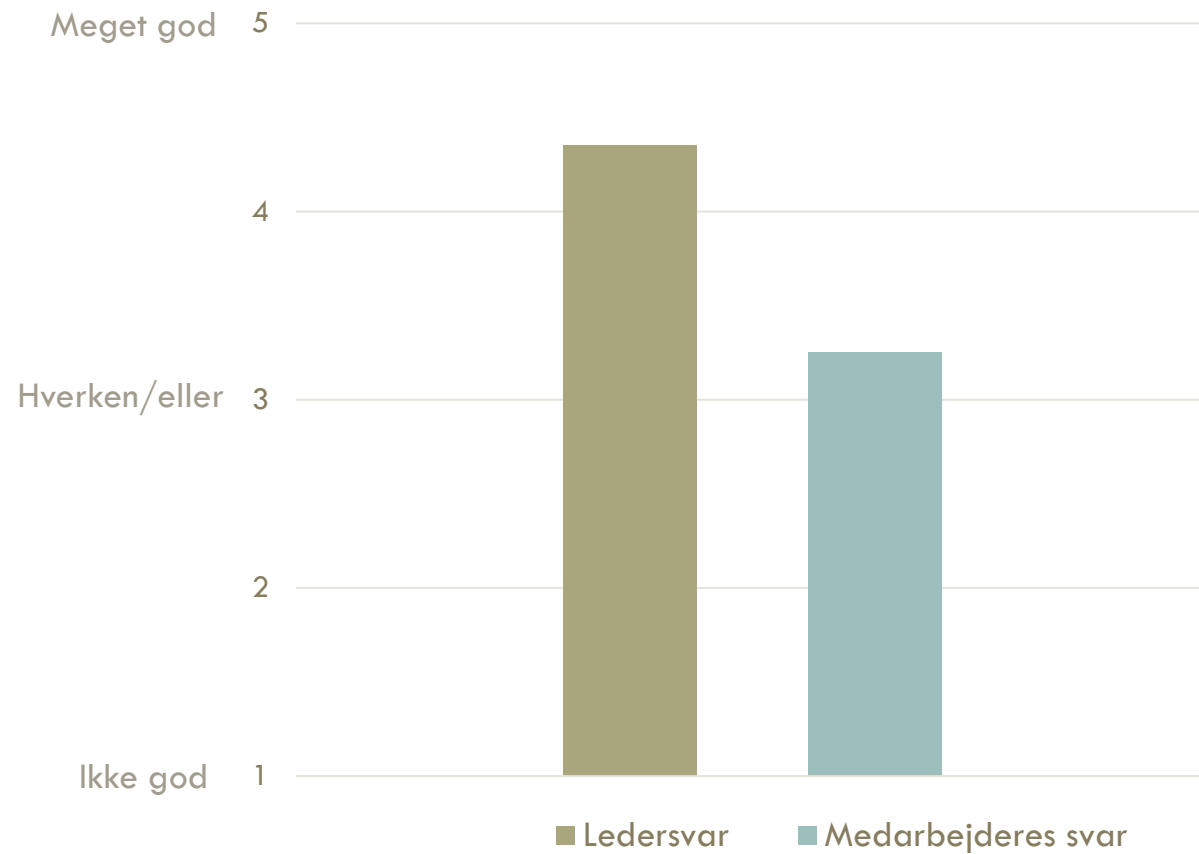


I ET STUDIE FINDER JEG...

Af LEDERNE SYNES DE FOREBYGGER
BEDRE END DERES MEDARBEJDER SYNES

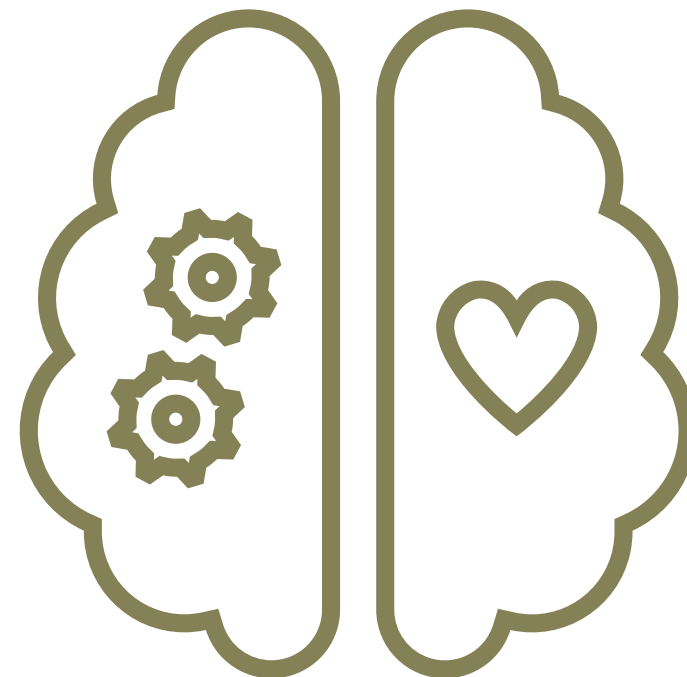


"HVOR GOD ER LEDEREN TIL AT FOREBYGGE STRESS?"

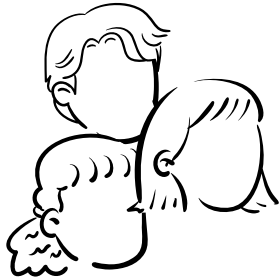


OM IMPLICITTE LOGIKKER

- Der vedrører stress, arbejdspress og forebyggende lederhandlinger/tilgange
- Er ofte ubevidste og skjulte
- Kan være forskellige fra andres
- Er mere eller mindre sande
- Guider vores adfærd og vurdering af andre



MEDARBEJDERNES STRESS LOGIK



Stress? Skyldes problemer i arbejdsmiljøet,
Tilgang? der bør adresseres igennem aktiv, vedvarende og synlig handling

6 IMPLICITTE LEDER LOGIKKER



DEN OPERATIONELLE

Stress? Er midlertidig og kan nemt fikses



MINDSET-TRANSFORMEREN

Stress? Er et mismatch mellem mindset og arbejdsrealitet



DEN AFVENTENDE

Stress? Er en krisereaktion i mødet med nyt og tiden heler alle sår



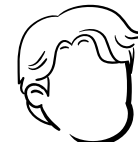
DEN ERFARINGSBASEREDE

Stress? Stress og stressorer er universelt det samme for alle



DEN UNDVIGENDE

Stress? Delvist socialt konstrueret og at tale om det gør det værre



POLITIKEREN

Stress? Er reel og skyldes arbejdsforhold, (men kommuniker ikke tydeligt herom nedadtil)

6 IMPLICITTE LEDER LOGIKKER



DEN OPERATIONELLE

Stress? Er midlertidig og let at fikse
Tilgang? Emnet sættes på to-do-listen efter trivselsmåling og kræver ikke opfølgning



DEN AFVENTENDE

Stress? En momentan krisereaktion og tiden heler alle sår
Tilgang? At lytte og afvente at de tilpasser sig



DEN UNDGÅENDE

Stress? Delvist socialt konstrueret og at tale om det gør det værre
Tilgang? At undgå at tale om/fokusere på stress, er forebyggende



MINDSET-TRANSFORMEREN

Stress? Er et mismatch mellem mindset og arbejdsrealitet
Tilgang? Forsøg at ændre deres tankegang gennem argumenter om strategi og vision



DEN ERFARINGSBAREDE

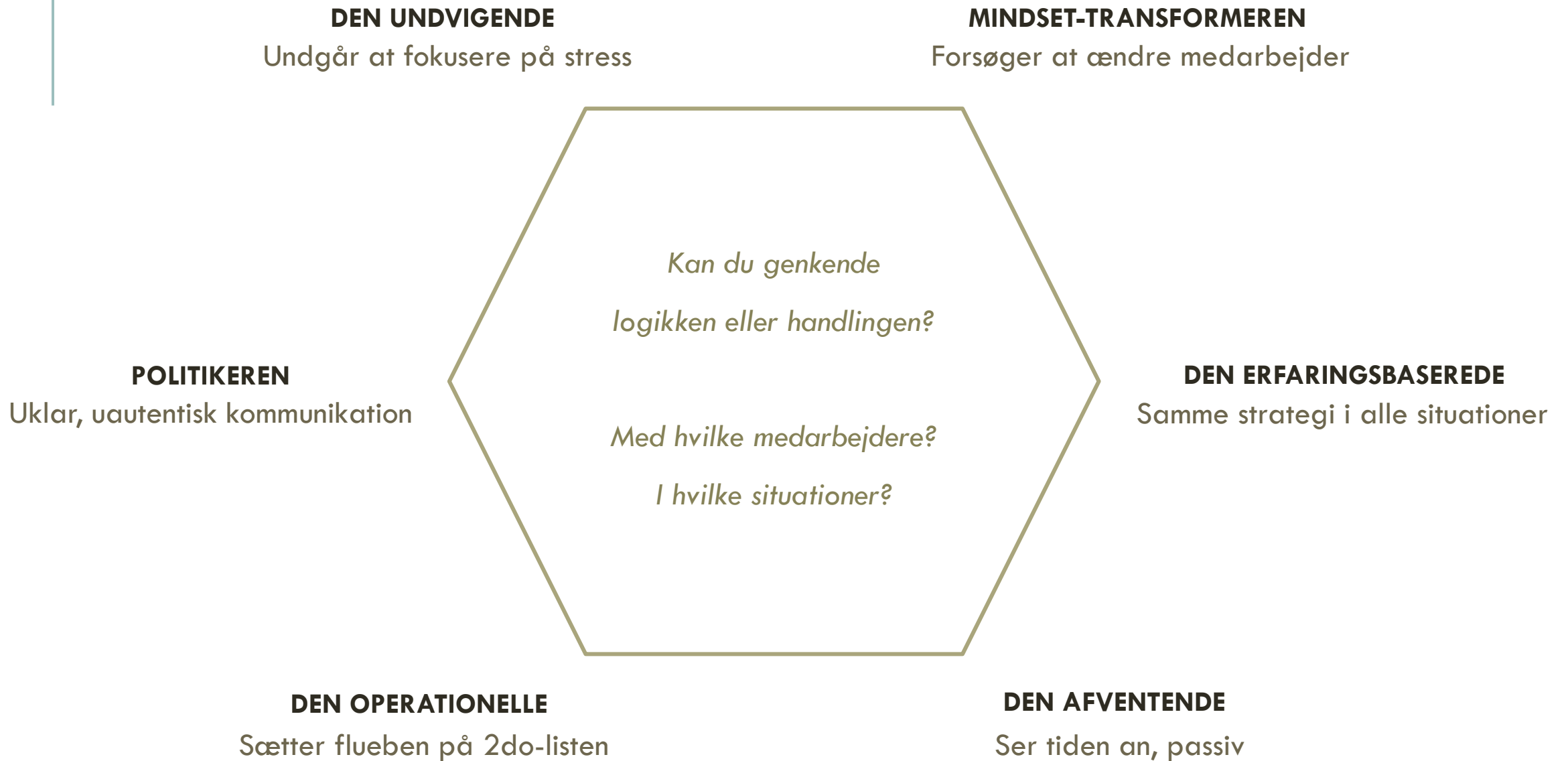
Stress? Stress og stressorer er universelt det samme
Tilgang? Den samme tilgang virker altid/for alle



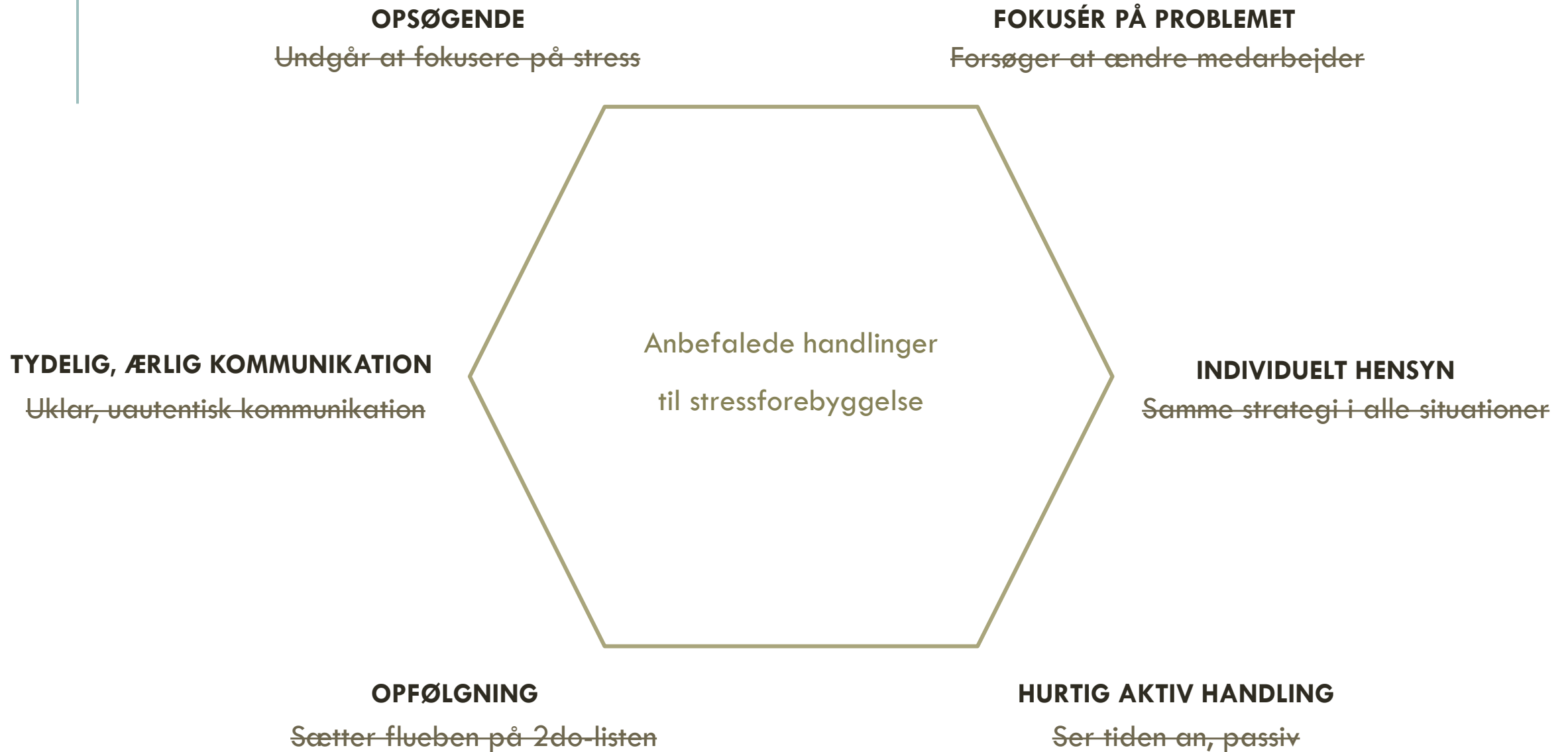
POLITIKEREN

Stress? Er ægte og skyldes bl.a. dårlige arbejdsforhold
Tilgang? Forstå og handel på problemet, men kommunikere vagt og ugenomsigtigt om det

Refleksions/dialog-værktøj Del 1



Refleksions/dialog-værktøj Del 2





(Dollard & Bakker, 2010; Dollard, 2023)



TAK FOR JERES TID!

Kontaktinformation: *Sannah K. Lauritsen*
sanlau@psy.au.dk